



為了您的最佳健康 攜手合作

健康維護指引：
體檢、篩查、免疫接種

2023年

關鍵

建議

這些建議基於美國預防服務工作組（USPSTF）和免疫接種諮詢委員會（ACIP）制定的指引，已被認定具有高度的確定性，其淨效益是中等到可觀，並被推薦給病人。

個人化/病人與醫師共同決定

可選項目對某些病人來說是合適的。與您的醫護團隊討論這些項目是否有益於您的健康。

對於有個人或家族健康風險或服用某些藥物的病人，這些指引可能會有所不同。

對於某些有高風險或特殊風險的病人，可能有獨特或額外的建議。請諮詢您的臨床醫師。

新 = 2023年更新版或變更版指引

保持最新

對建議的變更貫穿全年。使用行動設備，掃描並查看最新建議，網址是 sutterhealth.org



出生至17歲

體檢

1、2、4、6、9、12、15和18個月大時的檢查。從2歲到17歲的年度檢查，包括30個月時的檢查。

篩查測試

視力：3-5歲至少檢查一次。

肥胖症：從6歲開始監測。

衣原體和淋病：16至24歲有性生活的女性每年檢查一次。

HIV：15歲及以上，有風險者從更小的年紀開始。

血壓：3歲以上每年檢查一次。

免疫接種

兩個月的系列疫苗最早可以在6週時開始接種。

年紀	月齡							年齡			
	出生	1	2	4	6	12	15	18	2	4-5	11 16
B型肝炎	●	●			●						
B型流感嗜血桿菌		●	●	●	●						
脊髓灰質炎		●	●	●						●	
白喉、破傷風和無細胞百日咳		●	●	●			●			●	
輪狀病毒		●	●	●							
肺炎球菌		●	●	●	●						
百白破或白破											●
麻疹、腮腺炎和風疹							●			●	
水痘							●			●	
A型肝炎							●				
流感（每年一次）						●		●	●	●	●
腦膜炎球菌結合疫苗											●
人乳頭瘤病毒(HPV)											●

新 新冠病毒病：所有符合條件的年齡段都應遵循CDC指引中的疫苗劑量和時間表。

新 肺炎球菌：對於19歲以下的病人，可以根據目前推薦的時間表選擇PCV15或PCV13完成接種。

人乳頭瘤病毒(HPV)：11至14歲應接受兩劑系列疫苗（最早可以從9歲開始），或者15至26歲應接受三劑系列接種。

諮詢和評估主題

使用煙草，包括吸食電子煙：從11歲開始。

抑鬱症：從12歲開始。

家庭暴力：從12歲開始。

性傳播感染：從11歲開始。

皮膚癌：從6歲開始。

新 焦慮：從8歲開始。

個人化/病人與醫師共同決定

B型腦膜炎球菌疫苗：16至23歲。



2200 River Plaza Drive
Sacramento, CA 95833
sutterhealth.org

18歲至39歲

健康檢查

檢查血壓，篩查健康體重並評估整體健康狀況。

篩查測試

HIV：在15-65歲之間檢查。

C型肝炎：18-79歲檢查一次。

肥胖症：在整個成年期定期監測。

糖尿病：根據風險因素進行篩查。

血壓：每3-5年檢查一次（如果有風險因素，每年檢查一次）。

免疫接種

新 **新冠病毒病**：所有符合條件的年齡段都應遵循CDC指引中的疫苗劑量和時間表。

流感：每年接種一次流感疫苗。

B型肝炎：所有19-59歲的成年人和60歲或以上有HBV風險因素的人，應根據疫苗種類或身體情況接種兩劑、三劑或四劑B型肝炎疫苗。

帶狀皰疹：所有50歲及以上和19-49歲免疫力低下的成年人應接受兩劑系列疫苗。

水痘：1980年或以後出生的成年人應接種疫苗。

人乳頭瘤病毒(HPV)：15至26歲應接種三劑系列。

麻疹、腮腺炎和風疹(MMR)：19至39歲的成年人，其病歷應至少有接種一劑疫苗的記錄。

百白破/白破(破傷風、白喉和百日咳/破傷風和白喉)：65歲以下的成年人應接種一劑百白破疫苗，然後每10年接種一次白破或百白破加強劑。

新 **肺炎球菌**：對於有某些基礎疾病的病人，應完成肺炎球菌-15和肺炎球菌-23或肺炎球菌-20的系列疫苗接種。

婦女健康

衣原體和淋病：16至24歲有性生活的女性每年檢查一次。

宮頸癌篩查選項：從21歲開始每三年一次巴氏塗片測試。30歲及以上的婦女可以選擇每五年進行一次高危型HPV檢測，巴氏塗片檢查可做可不做。

諮詢和評估主題

使用酒精

使用煙草，包括吸食電子煙

抑鬱症

家庭暴力

不健康的藥物使用

性傳播感染

皮膚癌

新 **焦慮**：18歲開始檢查。

個人化/病人與醫師共同決定

B型腦膜炎球菌疫苗：16至23歲。

HPV疫苗：27至45歲。

40歲至49歲

健康檢查

檢查血壓，篩查健康體重並評估整體健康狀況。

篩查測試

膽固醇：每五年檢查一次。

HIV：在15-65歲之間檢查。

C型肝炎：18-79歲檢查一次。

肥胖症：在整個成年期定期監測。

糖尿病：根據風險因素進行篩查。

結腸癌：首選篩查選項 — 從45歲開始，每10年做一次結腸鏡檢查，每年做一次糞便免疫化學測試(FIT)，或者：每10年做一次乙狀結腸鏡檢查，每年做一次FIT測試。其他選項 — 每五年做一次CT結腸造影，或每三年做一次FIT/DNA測試。

血壓：每年檢查一次。

免疫接種

新 **新冠病毒病**：所有符合條件的年齡段都應遵循CDC指引中的疫苗劑量和時間表。

流感：每年接種一次流感疫苗。

B型肝炎：所有19-59歲的成年人和60歲或以上有HBV風險因素的人，應根據疫苗種類或身體情況接種兩劑、三劑或四劑B型肝炎疫苗。

帶狀皰疹：所有50歲及以上和19-49歲免疫力低下的成年人應接受兩劑系列疫苗。

麻疹、腮腺炎和風疹(MMR)：40至49歲的成年人，其病歷應至少有接種一劑疫苗的記錄。

百白破/白破(破傷風、白喉和百日咳/破傷風和白喉)：65歲以下的成年人應接種一劑百白破疫苗，然後每10年接種一次白破或百白破加強劑。

新 **肺炎球菌**：對於有某些基礎疾病的病人，應完成肺炎球菌-15和肺炎球菌-23或肺炎球菌-20的系列疫苗接種。

婦女健康

宮頸癌篩查選項：每三年一次巴氏塗片測試或者每五年做一次高危型HPV，巴氏塗片測試可以做也可以不做。

諮詢和評估主題

使用酒精

使用煙草，包括吸食電子煙

抑鬱症

家庭暴力

不健康的藥物使用

性傳播感染

皮膚癌

個人化/病人與醫師共同決定

HPV疫苗：27至45歲。

乳腺癌篩查：40至49歲。

50歲至74歲

健康檢查

檢查血壓，篩查健康體重並評估整體健康狀況。

篩查測試

膽固醇：每五年檢查一次。

HIV：在15-65歲之間檢查。

C型肝炎：18-79歲檢查一次。

肥胖症：在整個成年期定期監測。

糖尿病：根據風險因素進行篩查。

結腸癌：首選篩查選項 — 每10年做一次結腸鏡檢查，每年做一次糞便免疫化學測試（FIT），或者：每10年做一次乙狀結腸鏡檢查，每年做一次FIT測試。其他選項 — 每五年做一次CT結腸造影，或每三年做一次FIT/DNA測試。

肺癌：50-80歲有20包年煙史且目前吸煙或在過去15年內戒煙的成年人每年篩查一次。

血壓：每年檢查一次。

免疫接種

新 新冠病毒病：所有符合條件的年齡段都應遵循CDC指引中的疫苗劑量和時間表。

流感：每年接種一次流感疫苗。

B型肝炎：所有19-59歲的成年人和60歲或以上有HBV風險因素的人，應根據疫苗種類或身體情況接種兩劑、三劑或四劑B型肝炎疫苗。

麻疹、腮腺炎和風疹（MMR）：50至59歲的成年人，其病歷應至少要有接種一劑疫苗的記錄。

百白破/白破（破傷風、白喉和百日咳/破傷風和白喉）：每10年一次百白破或白破加強劑。

帶狀皰疹：所有50歲及以上的成年人應接受兩劑系列疫苗。

新 肺炎球菌：65歲或50-64歲有某些基礎疾病的人，應完成肺炎球菌-15和肺炎球菌-23或肺炎球菌-20的系列疫苗接種。

婦女健康

宮頸癌篩查選項：每三年一次巴氏塗片測試，或者每五年做一次高危型HPV，巴氏塗片測試可以做也可以不做，直到65歲。

乳腺癌：每兩年做一次乳房X光檢查。

骨質密度：從65歲開始檢查。

諮詢和評估主題

使用酒精

使用煙草，包括吸食電子煙

抑鬱症

家庭暴力

預防跌倒：從65歲開始。

不健康的藥物使用

性傳播感染

皮膚癌

個人化/病人與醫師共同決定

腹主動脈瘤篩查：65至75歲男士。

前列腺癌篩查：55至69歲。

75歲及以上

健康檢查

檢查血壓，篩查健康體重並評估整體健康狀況。

篩查測試

C型肝炎：18-79歲檢查一次。

肥胖症：在整個成年期定期監測。

肺癌：50-80歲有20包年煙史且目前吸煙或在過去15年內戒煙的成年人每年篩查一次。

血壓：每年檢查一次。

免疫接種

新 新冠病毒病：所有符合條件的年齡段都應遵循CDC指引中的疫苗劑量和時間表。

流感：每年接種一次流感疫苗。

B型肝炎：所有19-59歲的成年人和60歲或以上有HBV風險因素的人，應根據疫苗種類或身體情況接種兩劑、三劑或四劑B型肝炎疫苗。

百白破/白破（破傷風、白喉和百日咳/破傷風和白喉）：每10年一次百白破或白破加強劑。

帶狀皰疹：所有50歲及以上的成年人應接受兩劑系列疫苗。

新 肺炎球菌：完成肺炎球菌-15和肺炎球菌-23或肺炎球菌-20的系列疫苗接種。

諮詢和評估主題

使用酒精

使用煙草，包括吸食電子煙

抑鬱症

家庭暴力

預防跌倒：從65歲開始。

不健康的藥物使用

性傳播感染

皮膚癌

個人化/病人與醫師共同決定

腹主動脈瘤篩查：65至75歲男士。

結腸癌篩查：76至85歲。

乳腺癌篩查：75歲以上。